

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

27 ноября 2020 г

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Тефтели из говядины	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04			
Соус томатный	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08	
Каша полтавская вязкая с маслом	150/4	4,32	4,08	25,37	155,42	0,11		22,36	0,73	19,02	98,74	22,53	1,67	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,49	18,38	61,27	486,93	0,18	5,59	57,9	2	146,73	122,97	42,45	2,21	54,34

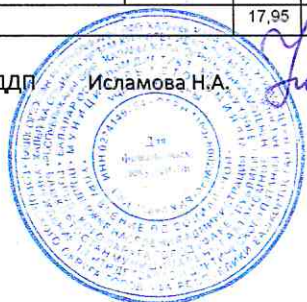
Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,62	4,56	7,29	77,49	0,05	24,03			36,22		16,98	0,62	
Рыба, тушеная с томате с овощами	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		17,95	12,88	90,27	551,68	0,52	46,29	252,85	2,24	86,6	237,71	88,52	2,88	54,34

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

27 ноября 2020 г
Завтраки ММС с 7-11 лет

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Тефтели из говядины	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04			
Соус томатный	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08	
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,52	18,41	61,43	487,94	0,18	5,59	58,04	2	146,85	123,61	42,6	2,22	55,00

Завтраки ММС с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,62	4,56	7,29	77,49	0,05	24,03			36,22		16,98	0,62	
Рыба , тушенная с томате с овощами	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
Витаминизирован ный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25	1,90	0,20	12,30	58	0,03			0,22	5	16	3,5	0,27	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		17,95	12,88	90,27	551,68	0,52	46,29	252,85	2,24	86,6	237,71	88,52	2,88	55,00

Начальник ОДП **Исламова Н.А.**



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся
27 ноября 2020 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Обед 7-11 лет (родительская плата)														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,9	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рыба, тушеная с томате с овощами	50/25	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
Витаминизиро ванный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		19,19	16,39	97,17	616,47	0,57	58,67	750,93	5,56	105,16	303,8	106,08	3,48	65,00
Полдник с 7- 18 лет (родительская плата)														
Вак-беляш	75	8,05	8,36	20,83	190,63	0,09	5,19			23,4		16,41	1,27	
Сок фруктовый 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого		9,05	8,56	41,03	282,63	0,11	9,19			37,40		24,41	4,1	45,00

Начальник ОДП: Исламова Н.А.



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся
27 ноября 2020 г."

1 смена.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 7-11 лет														
Тефтели из говядины	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04			
Соус томатный	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08	
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,52	18,41	61,43	487,94	0,18	5,59	58,04	2	146,85	123,61	42,6	2,22	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,9	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рыба, тушеная с томате с овощами	50/25	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рис припущенный	130	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за обед		19,19	16,39	97,17	616,47	0,57	58,67	750,93	5,56	105,16	303,8	106,08	3,48	120,00

Начальник ОДДП: **Исламова Н.А.**



Исламова

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся
 27 ноября 2020 г.

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества				цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 7-11 лет														
Салат "Степной"	60	0,96	3,12	5,26	53,52	0,04	6,39	290,33	1,42	13,9	24,56	13,77	0,46	
Щи из свежей капусты	250/5	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рыба , тушеная с томате с овощами	50/25	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рис припущенный	150	3,27	3,79	33,73	181,92	0,04		20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
Витаминизирован ный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		19,19	16,39	97,17	616,47	0,57	58,67	750,93	5,56	105,16	303,8	106,08	3,48	
Полдник ОВЗ с 7-11 лет														
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	3,47	2,57	20,41	118,53	0,09				14,93		18,13	1,34	
Вак-беляш	75	8,05	8,36	20,83	190,63	0,09	5,19			23,4		16,41	1,27	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
Итого		12,52	11,13	61,44	401,16	0,2	9,19			52,33		42,54	5,41	120,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

27 ноября 2020 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)														
Тефтели из говядины	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04			
Соус томатный	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,51	118,95	27,2	2,02	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Зеленый горошек консервированный	20	0,62	0,04	1,3	8	0,02	2			4		4,2	0,14	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		20,01	18,55	67,82	520,61	0,23	7,59	58,04	2,13	154,22	143,18	51,32	2,7	65,00
Обед с 12-18 лет (родительская плата)														
Салат "Степной"	80	1,28	4,17	7,01	71,34	0,06	8,51	395,78	1,89	18,39	32,71	18,32	0,61	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,32	13,18	96,39	31,9	0,69	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		20,76	18,85	111,89	793,8	0,6	60,79	854,03	6,12	113,3	338,71	119,49	3,82	70,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ " ГО г.Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

27 ноября 2020 г

1 СМЕНА

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак ОВЗ с 12-18 лет														
Тефтели из говядины	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04			
Соус томатный	20	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,51	118,95	27,2	2,02	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	0,55	1,94	2,04	27,89	0,01	0,13			14,03		1,82	0,05	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		19,72	19,57	67,22	526,14	0,21	4,72	22,64	2,08	161,84	140,03	47,22	2,53	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат "Степной"	80	1,28	4,17	7,01	71,34	0,06	8,51	385,78	1,89	18,39	32,71	18,32	0,61	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,32	13,18	96,39	31,9	0,69	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		20,76	18,85	111,89	703,8	0,6	60,79	854,03	6,12	113,3	338,71	119,49	3,82	130,00

Начальник ОДП Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ " ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

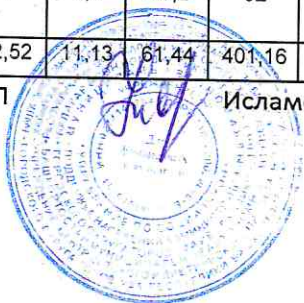
27 ноября 2020 г

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества (г)			Энерг е- тичес	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Обед ОВЗ с 12-18 лет														
Салат "Степной"	80	1,28	4,17	7,01	71,34	0,06	8,51	385,78	1,89	18,39	32,71	18,32	0,61	
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,9	40,88	41,53	20,77	0,76	
Рыба, тушеная в томате с	50/25	10,07	4,07	2,47	87,27	0,08	2,16	232,15	1,79	31,45	155,08	39,7	0,67	
Рис припущенный	180	4,52	5,2	46,7	251,43	0,05		28,35	0,32	13,18	96,39	31,9	0,69	
Витаминизиро ванный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02			0,22	4	13	2,8	0,22	
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
		20,76	18,9	111,89	704	0,60	60,79	854,03	6,12	113,3	338,71	119	3,82	
Полдник ОВЗ с 12-18 лет														
Каша полтавская молочная вязкая с маслом	180/5	3,47	2,57	20,41	118,53	0,09				14,93		18,13	1,34	
Вак-беляш	75	8,05	8,36	20,83	190,63	0,09	5,19			23,4		16,41	1,27	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			14		8	2,8	
		12,52	11,13	61,44	401,16	0,2	9,19			52,33		42,54	5,41	130,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



МАУ " ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ " ГО г.Уфа РБ
Школьное меню для организации питания обучающихся

27 ноября 2020 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг е-	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Тефтели из говядины	60	8,4	9,98	5,25	144,68				0,88		0,04			
Соус томатный	20	0,22	0,88	1,34	14,36	0,01	1	35,4	0,05	2,41	3,15	1,72	0,08	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,51	118,95	27,2	2,02	
Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	0,07		10,05	39,97		3,99	0,14	0,01	0,3	1,54		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого за прием		19,4	18,5	66,5	513	0,21	5,6	58,04	2,13	150	143,18	47	2,6	60,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

